

シニアの広場

福祉の家の施設情報

問 福祉の家 ☎64-6500

月曜日休館

各浴室の営業(利用時、あったかあど要)

● 歩行浴室(水・金・日)

● 福祉浴室(火・木・土)

10:00~17:45

(日・祝日は16:45まで)

長久手温泉ござらっせおよび

温泉スタンドの休業日 5月8日(月)

高齢者の筋肉に必要なトレーニングとは？

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511



高齢者にとって筋肉が大切な理由とどれくらいの運動をしたらよいか一緒に考えましょう。

時 5月17日(水)10:00~11:30

場 イオンモール長久手4階 イオンホール

対 市内在住65歳以上の人 60人(抽選)

内 講師 中京大学スポーツ科学部 教授 渡邊 航平氏

申 5月7日(日)17:00までに長久手温泉に来店または二次元コードから申込。

シナプソロジー体験会

問 (株)長久手温泉 ☎64-3511

長寿課 ☎56-0639

認知・運動機能の向上とともに、慣れない動きで脳に適度な刺激を与え活性化させる、笑顔とコミュニケーションが生まれるプログラムです。

時 5月17日(水)13:30~15:00

場 イオンモール長久手4階 イオンホール

対 市内在住65歳以上の人

他 協力 (株)ルネサンス

自分のために学ぶ ロコモ予防教室

問 足腰ラボ接骨院 ☎052-887-9333



身体活動の低下が及ぼすロコモティブシンドロームを理解し、予防するための活動を日常習慣に取り入れましょう。

時 6月2日、16日、7月7日、21日、8月4日、18日(金)

(全6回)10:00~11:15

場 名古屋トヨペット長久手店(熊田125)

対 市内在住65歳以上の人 10人(先着)

¥ 1,800円(全6回分)

申 5月8日(月)12:00~足腰ラボ接骨院に電話で申込。

あなたのくらしに!

消費生活情報



問 地域共生推進課

☎56-0551

【点検商法による高額な屋根工事に注意!】

アドバイス

「近くで屋根の修理をしていたら、瓦がずれているのが見えた。無料で点検する。」と突然業者がやってきて、点検を受けた。「このままだと雨漏りする」と言われ、工事契約をしてしまった、という相談が増えています。

- 契約を急かされてもその場で契約せず、家族や詳しい人に相談しましょう。複数の業者から見積もりを取って検討することも大切です。
- 契約してしまっても、クーリングオフによる解除や契約の取り消しができる場合があります。
- 火災保険を使えばいいなどと勧誘する業者もいます。自然災害で被害を受けたら、自身で損害保険会社に確認をしましょう。

騙されたかも?と思ったら早急に消費生活センターに相談してください。日程や時間はP.8へ。

■ 愛知県消費生活総合センター ☎052-962-0999

■ 長久手市消費生活センター
(市役所西庁舎2階 地域共生推進課内) ☎64-6503